

Progressif
Accessible à tous

Tonicité musculaire, mobilité,
entretien cardio-vasculaire,
équilibre, coordination et
mémoire



SPORT SANTÉ ET BIEN-ÊTRE ACHENHEIM

UN ACCOMPAGNEMENT
PROGRESSIF
ACCESSIBLE A TOUS
LES NIVEAUX

COMPRENDRE
SON CORPS ET
LES BIENFAITS DE
L'ACTIVITÉ
PHYSIQUE

DES SEANCES
LUDIQUES,
VARIEES ET
CONVIVIALES

 **15 PLACES
MAX**



Les vendredis matins de septembre à juillet



9h à 10h ou 10h30 à 11h30



Dojo à **Achenheim**

2 SÉANCES D'ESSAI
INFOS ET INSCRIPTIONS ICI



Morgane Brassel
morgane.brassel@piraths-handball.fr
06 79 31 26 64

